

**PERBEDAAN KONSUMSI DAGING, IKAN, DAN TELUR
REMAJA PUTRI ANEMIA DAN NON ANEMIA DI SDN TOTOSARI DAN
SDN TUNGGULSARI I, II SURAKARTA**

SKRIPSI



Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Ijazah S1 Gizi

Disusun Oleh :

TUTIT JULIE KARYANI

J 310 171 077

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2019**

**PERBEDAAN KONSUMSI DAGING, IKAN, DAN TELUR
REMAJA PUTRI ANEMIA DAN NON ANEMIA DI SDN TOTOSARI DAN
SDN TUNGGULSARI I, II SURAKARTA**

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Syarat Memperoleh Ijazah S1 Gizi

Disusun Oleh :

TUTIT JULIE KARYANI

J 310 171 077

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2019**

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
SKRIPSI**

ABSTRAK

TUTIT JULIE KARYANI J 310 171 077

**PERBEDAAN KONSUMSI DAGING, IKAN DAN TELUR ANTARA REMAJA
PUTRI ANEMIA DAN NON ANEMIA DI SDN TOTOSARI DAN SDN
TUNGGULSARI I, II SURAKARTA**

Pendahuluan : Anemia adalah suatu keadaan kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal. Anemia dipengaruhi oleh konsumsi makanan sumber zat besi seperti daging, ikan dan telur. Di Indonesia prevalensi angka kejadian anemia secara nasional adalah sebesar 21,7%.

Tujuan : Mengetahui perbedaan konsumsi daging, ikan dan telur antara remaja putri anemia dan non anemia.

Metodologi Penelitian : Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Subjek adalah remaja putri dengan rentang usia 10-12 tahun yang belum mengalami menstruasi, tidak mengalami sakit apapun pada saat pengambilan sampel darah, dan bersedia menjadi subyek penelitian. Jumlah subjek adalah 80 responden yang terdiri dari 39 subjek anemia dan 41 non anemia. Data kadar hemoglobin diperoleh dengan metode *cyanmethemoglobin* dan data konsumsi daging, ikan dan telur diperoleh dengan menggunakan formulir FFQ Semi Kuantitatif. Uji *Independent t-test* digunakan untuk melihat perbedaan konsumsi daging dan Uji *Mann Whitney* digunakan untuk perbedaan konsumsi ikan dan konsumsi telur.

Hasil : Kebiasaan konsumsi daging dalam kategori rendah yaitu sebanyak 40%, konsumsi ikan kategori rendah sebanyak 80% dan konsumsi telur kategori rendah yaitu sebanyak 47,5%. Uji perbedaan konsumsi daging, ikan dan telur antara remaja putri anemia dan non anemia secara berurutan menunjukkan $P=0,000$, $P=0,005$, dan $P=0,000$. Terdapat perbedaan konsumsi daging, ikan, dan telur antara remaja putri yang anemia dan non anemia.

Kesimpulan: Terdapat perbedaan konsumsi daging, ikan dan telur antara remaja putri anemia dan non anemia di wilayah penelitian. Diharapkan para siswa dalam kategori anemia meningkatkan asupan daging, ikan dan telur.

Kata Kunci : Anemia, konsumsi daging, ikan dan telur

Kepustakaan : 50 : 1992-2018

**NUTRITION SCIENCE PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCE
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA
THESIS**

ABSTRACT

TUTIT JULIE KARYANI J 310 171 077

DIFFERENCES OF MEAT, FISH AND EGG CONSUMPTION BETWEEN ANEMIC AND NON ANEMIC FEMALE STUDENTS OF SDN TOTOSARI AND SDN TUNGGULSARI I, II SURAKARTA

Introduction: Anemia is a state of hemoglobin (Hb) levels in the blood lower than normal. Anemia is influenced by consumption of food sources of iron such as meat, fish and eggs. In Indonesia, the national prevalence of anemia is 21.7%.

Objective: This study aimed to determine the difference between meat, fish and egg consumption between anemic and non-anemic teenage girls.

Research Methodology: This study used a cross sectional design. Subjects were young women aged 10-12 years who had not yet menstruated, did not experience any pain when taking blood samples, and were willing to become subjects of research. The number of subjects was 80 respondents consisting of 39 anemia and 41 non-anemia subjects. Data on hemoglobin levels were obtained by the cyanmethemoglobin method and data on meat, fish and egg consumption were obtained using the Semi-Quantitative FFQ form. Independent t-test is used to see differences in meat consumption and Mann Whitney test is used for differences in fish consumption and egg consumption.

Results: Habit of meat consumption in the low category was 40%, low category fish consumption was 80% and egg consumption in the low category was 47.5%. Test the difference in consumption of meat, fish and eggs between anemia and non-anemia young women in sequence showed $P = 0,000$, $P = 0.005$, and $P = 0,000$. There was a difference in consumption of meat, fish and eggs between anemic and non-anemic young women.

Conclusion: There were differences in meat, fish and egg consumption between anemic and non-anemic adolescent girls in the study area. It was expected that students in the anemia category increase their intake of meat, fish and eggs.

Keywords: Anemia, consumption of meat, fish and eggs

Literature: 50: 1992-2018

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa data hasil penelitian skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri, serta didalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surakarta, 5 Agustus 2019

Penulis



Tutit Julie Karyani
J 310 171 077

PENGESAHAN SKRIPSI

Berjudul:

**PERBEDAAN KONSUMSI DAGING, IKAN DAN TELUR ANTARA REMAJA PUTRI
ANEMIA DAN NON ANEMIA DI SDN TOTOSARI DAN SDN TUNGGULSARI I, II
SURAKARTA**

Oleh :

**TUTIT JULIE KARYANI
J 310 171 077**

**Dipertahankan di hadapan Tim Penguji
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
pada tanggal : 5 Agustus 2019**

Pembimbing


Ir. Listyani Hidayati, M.Kes

Penguji :

- | | |
|--|--|
| 1. Ir. Listyani Hidayati, M.Kes |  (.....) |
| 2. Nur Lathifah Mardiyati, S.Gz., M.S. |  (.....) |
| 3. Muwakhidah, M.Kes |  (.....) |

**Menyetujui,
Kaprodi Gizi**



Endang Nur Widiyaningsih, S.ST., M.Si Med.
NIK/NIDN.717/06-2908-7401

**Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta**




Dr. Mutalazimah, SKM., M.Kes
NIK/NIDN. 786/06-1711-7301

MOTTO

QS. Al Insyirah 6-7

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

Karena sesungguhnya, sesudah kesulitan itu ada kemudahan

إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan

Allah telah menegaskan dua kali dalam Surat Al Insyirah, bahwasanya “Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, sesudah kesulitan itu ada kemudahan”. Maka, selesaikanlah apa-apa yang sudah kamu mulai, karena sesungguhnya keberhasilan itu adalah ketika kamu berhasil menyelesaikan apapun yang sudah kamu mulai.

“TIDAK ADA HASIL YANG MENGHIANATI USAHA”

Ketika kamu gagal, kamu tidak gagal sendirian

Ketika kamu sukses, kamu juga tidak sukses sendirian

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Tutit Julie Karyani

Tempat, tanggal lahir : Kediri, 06 Juli 1993

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat : Kediri, Jawa Timur

Riwayat Pendidikan :

1. Tahun 2017 sampai dengan 2019 : Universitas Muhammadiyah Surakarta
2. Tahun 2012 sampai dengan 2015 : Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
3. Tahun 2009 sampai dengan 2012 : SMA Negeri 4 Kediri
4. Tahun 2006 sampai dengan 2009 : SMP Negeri 1 Ngadiluwih
5. Tahun 2000 sampai dengan 2006 : SD Negeri Tales 2

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan Judul "PERBEDAAN KONSUMSI DAGING, IKAN DAN TELUR ANTARA REMAJA PUTRI ANEMIA DAN NON ANEMIA DI SDN TOTOSARI DAN SDN TUNGGULSARI I, II SURAKARTA".

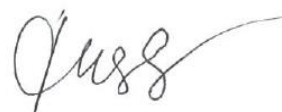
Penyusunan skripsi ini merupakan tugas akhir dari serangkaian persyaratan akademis untuk menyelesaikan Pendidikan Sarjana Ilmu Gizi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis tidak lepas dari bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar – besarnya kepada :

1. Dr. Mutalazimah, SKM., M.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Endang Nur Widiyaningsih, S.ST., M.Si Med., selaku Ketua Prodi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Ir. Listyani Hidayati, M.Kes., selaku Pembimbing yang dengan tulus dan sabar telah membimbing penulis dalam menyusun Skripsi ini.
4. Kepala Sekolah Dasar Totosari, Tunggulsari 1 dan 2 yang telah bekerjasamanya sehingga terselesaikan proposal skripsi ini.
5. Responden yaitu siswa dan wali murid SD Totosari, Tunggulsari 1 dan 2, yang telah membantu selama pelaksanaan penelitian.
6. Semua pihak yang telah membantu selama penyusunan proposal skripsi ini.

Penulis menyadari skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun dari semua pihak sangat penulis harapkan. Akhirriya penulis berharap, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Surakarta, Agustus 2019



Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
ABSTRAK.....	iii
ABSTRACT.....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN.....	v
PENGESAHAN SKRIPSI.....	vi
MOTTO.....	vii
RIWAYAT HIDUP.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiiv
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Karakteristik Remaja Putri	7
B. Anemia	9
C. Hemoglobin	14
D. Konsumsi Daging.....	16
E. Konsumsi Ikan.....	19
F. Konsumsi Telur.....	20
G. Survei Konsumsi Makanan.....	27
H. Kerangka Teori.....	28
I. Kerangka Konsep.....	29
J. Hipotesis.....	29
BAB III METODE PENELITIAN.....	30

A. Jenis Penelitian.....	30
B. Waktu dan Tempat Penelitian	30
C. Populasi dan Sampel	31
D. Variabel Penelitian.....	33
E. Definisi Operasional.....	34
F. Pengumpulan Data.....	34
G. Pengambilan Data.....	35
H. Langkah-Langkah Penelitian.....	35
I. Pengolahan Data.....	37
J. Analisis Data.....	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	41
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	41
B. Distribusi Responden berdasarkan Tingkat Pendidikan Ibu.....	42
C. Distribusi Responden berdasarkan Pengeluaran Pangan.....	43
D. Distribusi Responden berdasarkan Konsumsi Daging.....	44
E. Distribusi Responden berdasarkan Konsumsi Ikan.....	45
F. Distribusi Responden berdasarkan Konsumsi Telur	46
Perbedaan Konsumsi Daging pada Remaja Putri Anemia dan Non	46
G. Anemia.....	48
Perbedaan Konsumsi Ikan pada Remaja Putri Anemia dan Non	48
H. Anemia.....	50
Perbedaan Konsumsi Telur pada Remaja Putri Anemia dan Non	50
I. Anemia.....	51
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	51
A. Kesimpulan.....	51
B. Saran.....	52

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Angka Kecukupan Gizi yang dianjurkan.....	10
2. Batas Normal Kadar Hemoglobin.....	16
3. Klasifikasi Produk Perikanan.....	21
4. Kandungan zat Besi dalam daging, ikan dan telur.....	23
5. Jadwal Penelitian.....	32
6. Definisi Operasional.....	34
7. Distribusi Responden berdasarkan Tingkat Pendidikan Ibu.....	41
8. Distribusi Responden berdasarkan Pengeluaran Pangan Keluarga.....	42
9. Distribusi Responden berdasarkan Konsumsi Daging.....	43
10. Distribusi Responden berdasarkan Konsumsi Ikan.....	44
11. Distribusi Responden berdasarkan Konsumsi Telur.....	45
12. Distribusi Konsumsi Daging dengan Status Anemia.....	46
13. Distribusi Konsumsi Ikan dengan Status Anemia.....	47
14. Distribusi Konsumsi Telur dengan Status Anemia.....	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Metabolisme Besi dalam Tubuh.....	26
2. Kerangka Teori Penelitian.....	30
3. Kerangka Konsep Penelitian.....	31

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

1. Formulir Persetujuan (*Informed Consent*)
2. Formulir Identitas Responden
3. Formulir *Food Frequency Semi Quantitative*
4. *Ethical Clearance Letter*
5. Master Data
6. Analisis Statistik
7. Dokumentasi